Journées dans l'Au-delà

Remerciements

Ce livre est dédié à mon père, John H. Newton, pour m'avoir insufflé de bonne heure son amour des écrits journalistiques, et à mon fils, Paul, pour son humour et ses encouragements au cours de ces dernières années. En gratitude à mon épouse, Peggy, qui m'a aidé à passer en revue des centaines de cas afin de préparer ce livre.

Un grand remerciement aux lecteurs du manuscrit Norah Newton Mayper, John Fahey, Jacqueline Nash, Gary et Suzan Aanes et à mon éditrice, Rebecca Zins.

Je désirais aussi exprimer ma reconnaissance aux nombreuses personnes qui se sont rapprochées de moi depuis la publication de Souvenirs de l'Au-Delà pour me dire à quel point le fait de connaître la vie dans l'au-delà les avait aidés. Ce sont elles qui m'ont finalement persuadé de les emmener à nouveau de l'autre côté du temps.

Dr Michael Newton

Journées dans l'Au-delà

Le jardin des Livres
Paris

Du même auteur :

Souvenirs de l'Au-delà, Ed. Jardin des Livres
Journées dans l'Au-delà, Ed. Jardin des Livres
Le vie entre les Vies, Ed. Jardin des Livres

Traduit de l'américain par C. Hennebault
Revu et corrigé en 2019 par Elisabeth Thomas
Traduction française © 2008, 2019 *Le jardin des Livres*

14 rue de Naples 75008 Paris
tel : 01 44 09 08 78
www.lejardindeslivres.fr
ISBN : 9782-914569-989

Toute reproduction, même partielle par quelque procédé que ce soit, est interdite sans autorisation préalable. Une copie par Xérographie, photographie, support magnétique, électronique ou autre constitue une contrefaçon passible des peines prévues par la loi du 11 mars 1957 et du 3 juillet 1995, sur la protection des droits d'auteur.

Introduction

Qui sommes-nous ? Pourquoi sommes-nous ici ? Où allons-nous ? Les hommes se sont toujours posé ces questions auxquelles j'ai tenté de répondre de mon mieux dans mon premier ouvrage, *Souvenirs de l'Au-Delà*, publié aux Etats-Unis en 1994[1]. De nombreux lecteurs m'ont alors rapporté que ce livre avait conduit leur moi intérieur au réveil spirituel, car ils n'avaient jamais eu l'occasion de lire des descriptions détaillées de la vie dans l'au-delà. Ils m'ont aussi confié que les informations dans ce livre avaient corroboré leurs intimes convictions au sujet de la survie de l'âme après la mort et de l'intérêt de revenir sur terre.

Une fois le livre édité et traduit en plusieurs langues, j'ai reçu des lettres de lecteurs du monde entier qui demandaient quand un second livre paraîtrait. J'ai longtemps résisté à cette suggestion. J'avais passé de longues années à effectuer des recherches, à recueillir des témoignages, à les organiser et finalement à rédiger l'ensemble sous la forme d'une étude exhaustive sur le caractère immortel de notre vie. J'avais la sensation d'avoir donné suffisamment.

Dans l'introduction de *Souvenirs de l'Au-Delà*, j'avais expliqué ma formation et mon passé en tant qu'hypnothérapeute pour le moins « classique », ainsi que mon scepticisme marqué concernant le recours à l'hypnose pour une régression métaphysique. J'avais commencé ma pratique de l'hypnose en 1947 (à 15 ans) et il ne faisait aucun doute que j'étais de la vieille école et non un partisan du mouvement *new age*. Ainsi, quand j'ai involontairement ouvert la porte du monde spirituel avec un patient, j'ai été littéralement assommé : il existait vraiment *une vie entre les vies*. Et pour moi, ceux qui recouraient à la régression dans les vies passées considéraient *la vie entre les vies* seulement comme une limbe brumeuse, se contentant de servir de passerelle d'une vie à une autre.

Il m'est rapidement apparu que je devais trouver les étapes nécessaires pour atteindre et débloquer, dans cet endroit

1 Publié en français en 2007 au Jardin des Livres.

mystérieux, la mémoire de leur vie. Après plusieurs années de recherches discrètes, j'ai finalement été capable d'établir un schéma fonctionnel sur la structure du monde spirituel et j'ai réalisé l'importance de ce processus thérapeutique pour un patient. J'ai aussi découvert qu'il importait peu qu'une personne soit athée, profondément religieuse, ou adhère à une doctrine philosophique intermédiaire, car, une fois plongées sous hypnose dans un état de superconscience approprié, tous étaient constants dans leurs témoignages. C'est pour cette raison que je suis devenu ce que j'appelle un « *régressioniste spirituel* », c'est-à-dire un hypnothérapeute spécialisé dans la vie après la mort.

J'ai écrit *Souvenirs de l'Au-Delà* pour offrir au public une information de base, en présentant la progression stricte et méthodique des événements, ce qu'est la mort et la traversée : qui nous rencontrons, où nous allons et ce que nous faisons en tant qu'âme dans le monde spirituel, et cela avant de choisir notre prochain corps pour se réincarner. Cette présentation était conçue comme un récit de voyages à travers le temps, et s'appuyait sur les témoignages de cas concrets, émanant de patients qui me rapportaient leurs expériences passées *entre* différentes vies antérieures. Ainsi, *Souvenirs de l'Au-Delà* n'était pas un autre livre sur la réincarnation, mais mettait au jour un terrain nouveau pour la recherche métaphysique qui n'avait pratiquement jamais été exploré au moyen de l'hypnose.

Durant les années 80s, pendant que j'élaborais un schéma fonctionnel du monde entre les vies, j'ai fermé ma pratique à d'autres types d'hypnothérapies. Je suis devenu obsédé par le désir d'éclaircir les secrets du monde spirituel, tout en accumulant un grand nombre de cas. Cela m'a conforté dans l'idée que mes découvertes étaient bien fiables et valides. Alors que s'écoulaient ces années de recherches, tournées vers le monde spirituel, j'ai travaillé presque retiré du monde, avec pour seuls patients ceux qui connaissaient mon travail et seulement parce qu'il se rattachait à eux et à leurs amis. J'ai même arrêté de fréquenter les librairies spécialisées dans le domaine métaphysique parce que je ne voulais absolument pas être influencé par l'extérieur. Aujourd'hui, je crois que l'isolement que je me suis imposé et le fait de ne pas m'être exprimé en public furent une bonne décision. Lorsque j'ai quitté Los Angeles pour me retirer dans les mon-

tages de la Sierra Nevada afin d'écrire *Souvenirs de l'Au-Delà*, j'ai espéré me fondre dans l'anonymat. Ce fut une illusion. La plupart des informations de ce livre n'avait jamais été publiées et j'ai commencé à recevoir quantité de courriers électroniques par l'intermédiaire de mon éditeur. Je lui suis reconnaissant pour avoir eu la sagacité et le courage de présenter mes recherches au public. Peu de temps après la publication, je me suis retrouvé sur les routes afin de donner des conférences et des interviews à la radio ou à la télévision.

Les gens voulaient plus de détails sur le monde spirituel et continuaient à demander si je disposais d'autres données de recherche. J'ai dû répondre par l'affirmative. En fait, j'avais encore une grande variété d'informations non divulguées dont je présumais qu'elles leur seraient difficiles à accepter de la part d'un auteur inconnu. Même si les lecteurs considéraient mon livre comme inspiré et inspirant, je ne voulais pas écrire la suite. Je me suis décidé sur un compromis. Dans la 5e édition, avec une nouvelle couverture, ont été ajoutés un index ainsi que quelques paragraphes afin de satisfaire aux demandes de clarification sur des points particuliers. Mais cela ne suffisait pas : le volume de mails, avec des questions sur la vie après la mort, reçus chaque semaine augmentaient de façon spectaculaire. Maintenant les gens venaient me voir et je décidai de reprendre ma pratique sur un principe délimité. J'ai aussi remarqué un pourcentage plus fort d'âmes évoluées. Mes patients doivent attendre longtemps avant de me voir en raison de ma semi-retraite et d'une clientèle grandement réduite par nécessité. En conséquence, j'ai moins d'âmes jeunes en crise psychologique et plus de consultants capables d'être patients. Ces personnes espèrent découvrir le sens qui se cache derrière certaines questions, en faisant appel à leur mémoire spirituelle afin de peaufiner certains buts de leur vie. Ils sont bien souvent eux-mêmes soignants ou enseignants, et me confient le soin de leur apporter des informations sur la vie de leur âme entre les vies ici-bas. Pour ma part, j'espère simplement les avoir aidées dans leur cheminement. Pendant tout ce temps, le public avait le sentiment que je n'avais pas révélé tous mes secrets. A la longue, mon esprit se mit à cogiter sur la manière d'aborder un second livre. Et tout ce que je viens de décrire eut pour conséquence la naissance de *Souvenirs de l'Au-Delà*. Je

pense que mon premier livre a été un pèlerinage dans le monde spirituel sur le fleuve de l'éternité. Le voyage a commencé à l'embouchure du fleuve au moment de la mort physiologique et s'est terminé là ou nous revenons, dans un nouveau corps. J'ai remonté le courant vers la Source, aussi loin qu'il m'a été possible dans *Souvenirs de l'Au-Delà*. Cela n'a pas changé. Bien que chaque personne ait en tête le souvenir d'avoir effectué ce voyage un nombre incalculable de fois, je n'ai rencontré personne qui soit encore incarné et qui semble avoir la capacité de m'emmener plus loin.

Journées dans l'Au-delà a pour intention de transporter les voyageurs vers une seconde expédition le long du fleuve, avec des détours par les principaux affluents, afin d'explorer les détails. Pour cette seconde croisière ensemble, il m'importait de révéler davantage des aspects cachés de la route afin d'offrir aux lecteurs une meilleure vue d'ensemble. J'ai découpé ce livre suivant des thématiques plutôt que des catégories des localisations et un temps progressif. Ainsi, j'ai recoupé les cadres temporels où l'âme se déplace entre les localisations spirituelles afin d'analyser à fond ces expériences. J'ai également essayé d'offrir aux lecteurs une vue sur les éléments de la vie de l'âme depuis différentes perspectives en fonction des cas. *Journées dans l'Au-delà* est destiné à élargir notre compréhension de l'incroyable sens de l'ordre et de la planification qui existe pour le bien des êtres humains. En même temps, mon intention était que cette seconde visite dans les merveilles du monde spirituel soit aussi rafraîchissante pour les voyageurs aguerris qu'agréable pour les voyageurs en herbe. Pour les nouveaux lecteurs, le premier chapitre effectuera un survol condensé de mes découvertes sur la vie entre les vies. J'espère que ce résumé vous permettra de mieux comprendre ce qui suit. Peut-être vous encouragera-t-il à vous tourner vers mon livre fondateur. Au début de ce second voyage ensemble, je voudrais remercier tous ceux qui m'ont apporté leur soutien dans le travail difficile et nécessaire pour ouvrir les portes spirituelles de l'esprit. Ces associations, combinées à l'indulgence de nombreux guides, en particulier le mien, m'ont procuré l'énergie de poursuivre la tâche. Je suis vraiment heureux d'avoir été choisi comme l'un des messagers de cette œuvre significative.

~ 1 ~
Le monde spirituel

Au moment de la mort, notre âme s'élève hors du corps qui a été son hôte. Si l'âme est ancienne et qu'elle a acquis une expérience avec ses vies précédentes, elle sait immédiatement qu'elle a été libérée, et qu'elle retourne « *à la maison* ». Ces âmes évoluées n'ont besoin de personne pour les accueillir. Cependant, la plupart de celles avec lesquelles j'ai travaillé sont accueillies par des guides, juste à l'extérieur du plan astral terrestre. Une âme jeune, ou un enfant qui vient de mourir, pourrait être un peu désorientée jusqu'à ce que quelqu'un s'approche et fonde un niveau pour elle. Certaines âmes, comme celles-ci, choisissent en effet de rester sur la scène de leur décès pendant un moment, même si la plupart espèrent la quitter tout de suite. Certes, le temps n'a aucun sens dans le monde spirituel. Les personnes désincarnées qui choisissent d'apporter du réconfort à quelqu'un en deuil, ou qui ont d'autres raisons de rester pendant un instant sur la scène, n'ont pas l'impression qu'elles perdent leur temps. Pour l'âme, cela devient le temps *présent*, par opposition au temps linéaire.

Alors qu'elles s'éloignent de la terre, les âmes font l'expérience d'une lumière de plus en plus brillante autour d'elles. Certaines verront brièvement un obscurité grisâtre et auront la sensation de passer par un tunnel ou une porte. Les différences entre ces deux phénomènes dépendent de la vitesse de sortie des âmes qui est, à son tour, liée à leur expérience. La sensation d'être tiré par nos guides peut être douce ou puissante, et dépend de la maturité et de la disposition de l'âme aux changements rapides. Aux premiers stades de sortie, toutes les âmes rencontrent autour d'elles une « *nébulosité peu dense* » qui

s'éclaircit vite, leur permettant de regarder loin. C'est à cet instant que l'âme moyenne voit une forme d'énergie spectrale arriver vers elle. Ce personnage peut être une âme sœur aimante, ou deux, mais le plus souvent c'est notre guide. Dans certaines circonstances, quand nous rencontrons un époux ou un ami qui s'est éteint avant nous, notre guide est également proche afin qu'ils puissent ainsi reprendre le processus de transition. Durant toutes les années que j'ai passé à effectuer mes recherches, je n'ai jamais rencontré un seul sujet qui ait été accueilli par un personnage religieux important tel que Jésus ou Bouddha. Toujours est-il que l'essence d'amour des grands maîtres issus de la terre est à l'intérieur de nos guides personnels qui nous sont assignés. Au moment où les âmes sont orientées vers l'endroit qu'elles appellent « *la maison* », leur nature a changé. Elles ne sont plus vraiment humaines au sens où nous le pensons, avec un caractère émotionnel et physique. Par exemple, elles ne sont pas peinées par leur mort physiologique comme le seraient les gens qui les aimaient. Ce sont nos âmes qui nous rendent humains sur terre, mais sans nos corps, nous ne sommes plus désormais des *Homo Sapiens*.

L'âme possède une majesté au-delà de toute description. J'ai tendance à considérer les âmes comme des formes d'énergie lumineuses intelligentes. Juste après la mort, les âmes se sentent soudain différentes parce qu'elles ne sont plus encombrées par un corps temporaire doté d'un cerveau et d'un système nerveux. Certaines mettent plus de temps que d'autres à s'ajuster à cette situation. L'énergie de l'âme est capable de se diviser en parties identiques, semblables à un hologramme. Elle peut vivre des existences parallèles dans d'autres corps, bien que cela soit moins courant qu'on ne le dit. Toutefois, en raison de la capacité duale (ou multiple) de toutes les âmes, une partie de notre énergie lumineuse demeure toujours dans le monde spirituel. Ainsi, il est possible de voir votre mère revenant d'une vie, même si elle est morte trente années terrestres auparavant, et déjà réincarnée.

Une période d'orientation en compagnie de nos guides, qui a lieu avant de rejoindre notre groupe d'âmes, varie selon les âmes et en fonction des différentes incarnations successives pour une même âme. C'est un moment d'intimité pour recevoir des

conseils, avec l'opportunité de se délester de toute frustration due à la vie qui vient de se terminer. L'orientation se veut un *debriefing* initial, avec nos guides-enseignants perspicaces et bienveillants qui procèdent à un interrogatoire plus posé que musclé. La séance peut être de longue ou de courte durée, en fonction des circonstances, de ce que nous avons accompli ou par rapport à notre contrat de vie. Des questions karmiques particulières sont aussi passées en revue, mais elles feront l'objet de discussions détaillées et d'un bilan ultérieur au sein de notre groupe d'âmes. L'énergie de certaines âmes ne sera pas renvoyée de suite dans leur groupe. Il s'agit là d'âmes ayant été contaminées par leur corps physiologique et commis de mauvaises actions. Quand on commet un méfait, il existe une différence entre l'absence de volonté préméditée et l'intention malveillante. Les niveaux du mal ou du tort fait à quelqu'un sont soigneusement évalués en fonction des facteurs qui vont de la bêtise à la malveillance (en passant par l'espièglerie ou la malice).

Ces âmes associées au mal sont alors emmenées dans des centres spéciaux que certains patients appellent des « *unités de soins intensifs* ». C'est là, m'a-t-on dit, que leur énergie est remodelée pour en former un nouvel ensemble. En fonction de la nature de leurs transgressions, elles seront rapidement renvoyées sur terre. Et dans la vie suivante, il est très probable qu'elles choisissent d'être à leur tour les victimes de méfaits ou d'actes de malveillance. Encore que, si leurs actions se prolongent et sont particulièrement cruelles pendant plusieurs existences, cela dénoterait un schéma comportemental injustifié. De telles âmes pourraient passer beaucoup de temps dans la solitude existentielle et spirituelle, pendant plus d'un millier d'années terrestres. Dans le monde spirituel, l'un des principes directeurs est que quelles que soient les âmes, les méfaits, intentionnels ou involontaires, qu'elles auront commis devront être réparés d'une façon ou d'une autre dans la vie future. Cela n'est pas considéré comme une punition ou même une pénitence, mais davantage comme une opportunité de grandir d'un point de vue karmique. Il n'y a pas d'enfer pour les âmes, excepté peut-être sur terre.

Certaines existences sont si difficiles que l'âme rentre « *à la maison* » extrêmement fatiguée. En dépit du processus de régénération d'énergie amorcé par nos guides qui combinent leur

énergie à la nôtre lors de l'entrée dans le monde spirituel, nous pouvons quand même éprouver un amoindrissement du flux d'énergie. Dans ces cas-là, le repos et la solitude sont préférables aux célébrations. En fait, bien des âmes qui désirent le repos l'obtiennent avant de retrouver leur groupe. Nos groupes d'âmes peuvent être pleins d'entrain ou être calmes, mais ils sont toujours respectueux de ce que nous avons traversé pendant une existence terrestre. Tous les groupes souhaitent la bienvenue à leurs amis à leur propre manière, avec un esprit de camaraderie et un amour profond.

Le retour à la maison est un agréable interlude, en particulier quand il suit une existence physique où il n'y a peut-être pas eu beaucoup de contacts karmiques avec nos âmes sœurs. La plupart de mes sujets disent qu'on leur souhaite la bienvenue avec des baisers, des rires et beaucoup d'humour, ce que je considère comme une marque ou le sceau du monde de l'esprit. A cette occasion, les groupes vraiment chaleureux, qui ont planifié des célébrations dans le moindre détail pour l'âme qui revient, peuvent suspendre toutes leurs autres activités. A propos de l'accueil reçu lors du retour, l'un de me sujets a tenu à me dire ce qui suit :

> *Après ma dernière existence, mon groupe a organisé une fête extraordinaire, avec de la musique, du vin, de la chanson et de la danse. Ils avaient tout organisé pour que ça ressemble à une fête romaine classique, avec des halls en marbre, des toges et tous les accessoires exotiques répandus dans nos nombreuses vies, comme dans le monde ancien. Melissa* (une âme sœur de son groupe primaire) *m'attendait en tête, recréant l'âge où je me souvenais d'elle au mieux, plus radieuse que jamais.*

Les groupes d'âmes comptent entre 3 et 25 membres, avec une moyenne de 15. Il y a des moments où des âmes de groupes proches désirent se connecter avec chaque personne. Souvent, cette activité implique des âmes plus anciennes, car elles ont beaucoup d'amis d'autres groupes auxquels elles ont été associées au cours de centaines de vies passées. Aux Etats-Unis, environ dix millions de téléspectateurs ont vu *Sightings*, produit en 1995 par Paramount, qui a diffusé un reportage sur mon travail. Ceux qui ont vu cette émission sur la vie après la mort se

souviendront de l'une de mes patientes, Colleen, évoquant une session que nous avions eue ensemble. Elle décrivait son retour dans le monde de l'esprit où elle se retrouva au milieu d'un bal dans un décor du XVIIe siècle. Ma patiente vit une centaine de personnes arriver vers elle pour célébrer son retour. L'époque et l'endroit qu'elle avait aimés avaient été somptueusement reproduits de manière à ce qu'elle puisse entamer un « processus de renouvellement de style ». Ainsi, le retour peut avoir lieu dans deux types de cadre. Une âme peut être accueillie par un petit nombre d'âmes qui la rencontre brièvement à la porte d'entrée, pour ensuite la laisser en compagnie d'un guide qui la fera passer par une orientation préliminaire. Plus communément, le comité d'accueil attend jusqu'à ce que l'âme retourne dans son groupe spirituel. Ce groupe peut être réuni dans une salle de classe, rassemblé sur les marches d'un temple ou bien assis dans un jardin où l'âme peut rencontrer de nombreux groupes dans une atmosphère de salle d'étude. Les âmes qui, en chemin vers leur propre ancrage, passent par d'autres groupes, remarquent souvent que d'autres âmes (avec qui elles ont été associées dans des existences passées) les regarderont et leur adresseront un sourire ou un geste. La manière dont un sujet voit son groupe d'âmes dépend de son niveau, bien que les souvenirs d'une atmosphère de classe soient toujours très clairs. Dans le monde de l'esprit, la situation « scolaire » est liée au niveau de développement. Il n'y a aucune garantie d'avoir un haut niveau d'acquis ou de connaissances, simplement parce qu'une âme s'incarne sur terre depuis l'âge de pierre. En d'autre termes, on peut redoubler une classe maintes fois. Lorsque je fais des conférences, je dois souvent citer l'exemple de l'un de mes patients à qui il avait fallu 4000 ans d'existences successives pour réussir à vaincre sa jalousie ! Je peux témoigner qu'il n'est plus jaloux aujourd'hui, bien qu'il ait fait peu de progrès pour lutter contre sa propre intolérance.

Certains étudiants ont besoin de plus de temps que d'autres pour comprendre des leçons précises, exactement comme sur terre. D'un autre côté, toutes les âmes hautement évoluées sont vieilles en termes de connaissance et d'expériences. Dans *Souvenirs de l'Au-Delà*, j'ai classé les âmes selon leur niveau : débutant, intermédiaire et avancé ; et j'ai donné des exemples d'âmes (débutantes, moyennes ou évoluées) en ex-

pliquant qu'il y avait des degrés ou des nuances au sein de ces trois catégories principales. Généralement, les âmes regroupées dans un groupe sont à peu près au même niveau, bien qu'elles possèdent leurs propres atouts et défauts. Ces caractéristiques équilibrent le groupe. Certaines âmes aident le nouvel arrivant grâce aux informations acquises dans leurs propres expériences de vie, en revoyant la manière dont les sentiments et les émotions ont été vécus dans les corps. Chaque aspect de la vie est disséqué jusqu'à inverser les rôles dans le groupe afin de procurer une conscience plus aiguë des expériences vécues sur terre. Quand les âmes atteignent le niveau intermédiaire, soit elles se tournent vers d'autres centres d'intérêt, soit elles se spécialisent dans des domaines où elles peuvent prouver certaines aptitudes et compétences. Je reprendrai ce point en profondeur au fil des chapitres.

Mes recherches furent également marquées par une révélation : la découverte des couleurs d'énergie émises par les âmes (dans le monde spirituel) selon leur niveau. Ce sont des informations rassemblées pas à pas, au fil des années : elles furent d'ailleurs un indicateur de progrès lors des évaluations de mes sujets (le contrôle de connaissance que j'aborderai plus tard) et permirent d'identifier les âmes vues par mes patients sous hypnose. J'ai ainsi découvert qu'un blanc pur indique une âme jeune et que cette couleur progresse en densité avec son évolution, tirant vers l'orange, le jaune, le vert et finalement les gammes de bleu. En plus de ces auras centrales, il existe à l'intérieur de chaque groupe de subtils mélanges de halos de couleurs qui se rapportent aux aspects caractériels de chaque âme. Pour être précis, j'ai classé les âmes en partant d'un niveau de débutant (niveau 1) pour arriver au niveau de maître (niveau 4), âmes très évoluées vues avec une couleur indigo (bleu foncé avec des reflets violets). Je suis quasiment sûr qu'il existe des niveaux plus élevés, mais ma connaissance du sujet est limitée car je n'ai obtenu que les témoignages de personnes incarnées.

Pour être franc, je n'aime pas beaucoup le terme « niveau » pour déterminer la situation de l'âme, parce que cette appellation ternit la diversité des développements atteints par les âmes. Malgré ces réserves, ce sont mes patients qui ont employé le terme « niveau » afin de décrire où ils en étaient sur

l'échelle de l'apprentissage (ils sont assez modestes sur leurs réalisations). Quelle que soit mon évaluation, aucun patient n'a déclaré qu'il faisait partie des âmes évoluées ou supérieures. En revanche, quand ils ne sont plus sous hypnose, avec un esprit auto-gratifiant tout à fait conscient, ils sont moins réticents à le faire.

Plongés dans un état de superconscience durant une séance d'hypnose profonde, mes patients me rapportent que dans le monde spirituel aucune âme n'est méprisée pour avoir moins de valeur qu'une autre. Nous sommes tous dans un processus de transformation en quelque chose de plus grand que notre stade actuel. Chacun de nous est particulièrement qualifié pour contribuer à l'ensemble malgré les difficultés auxquelles nous nous heurtons dans l'apprentissage de nos leçons. Si cela n'était pas vrai, nous n'aurions pas été créés. Pour avoir examiné les couleurs correspondant aux évolutions, les niveaux de développement, les salles de classe, les enseignants et les élèves, il serait facile de supposer que l'ambiance du monde spirituel est celle d'une hiérarchie. Or cette conclusion serait fausse selon mes patients. Le monde spirituel est hiérarchique sur le plan de la conscience mentale. Nous avons tendance à penser à une autorité comme sur terre, avec des aspects tels que les luttes de pouvoir, les conflits pour le contrôle d'un territoire et l'usage d'un éventail de règles strictes à l'intérieur d'une structure. Il y a certainement une structure dans le monde spirituel, mais elle existe à l'intérieur d'une sublime matrice de compassion, d'harmonie, d'éthique et de moralité, bien au-delà de ce que nous pratiquons ici. Pourtant, il existe là-haut un système de valeurs empreint d'une extrême gentillesse, de tolérance, de patience et d'amour absolu.

Quand mes patients m'évoquent cela, ils sont mortifiés par le processus. J'ai un vieil ami de faculté à Tucson, qui est un iconoclaste, et qui s'est opposé à l'autorité toute sa vie, attitude à laquelle je peux m'identifier. Cet ami suspectait que les âmes de mes patients avaient subi un « *lavage de cerveau* » en croyant qu'elles contrôlaient leur destinée. Il pensait que l'autorité de toute sorte – y compris spirituelle – ne peut exister sans corruption et abus de privilège. Mais mes recherches ont révélé trop d'ordre là-haut, ce qui n'est pas de son goût. L'ensemble de

mes sujets croient néanmoins qu'ils ont eu une multitude de choix dans leur passé, et que cela continuera dans le futur. Progresser en prenant ses responsabilités n'implique pas de domination, ou de statut de premier ordre, mais plutôt une reconnaissance de potentiel. Ils voient l'intégrité et la liberté personnelle partout dans leur vie entre les vies.

Dans le monde spirituel nous ne sommes pas obligés de nous réincarner, ou de participer aux projets de groupe. Si des âmes préfèrent la solitude, elles peuvent l'obtenir. Qu'elles ne veuillent pas s'occuper de leurs tâches est également respecté. Un de mes patients m'a dit : « *J'ai glissé de nombreuses vies faciles et j'aime qu'il en soit ainsi, parce que je n'ai jamais vraiment voulu travailler dur. Maintenant ça va changer. Mon guide dit : "Quand tu seras prêt, nous le serons aussi"* ». En fait, il y a tellement de libre arbitre que si nous ne sommes pas prêts à quitter le plan astral de la terre (après la mort), pour toutes sortes de raisons personnelles, nos guides nous permettront de rester dans les parages jusqu'à ce que nous soyons prêts à retourner à la maison. J'espère que ce livre montrera que nous avons des choix multiples, tant dans le monde spirituel qu'en dehors. A propos de ces choix, il est évident pour moi que le désir de la plupart des âmes est de se montrer dignes de la confiance placée en elles. Nous nous attendons à commettre des erreurs au cours de ce processus. Les efforts pour avancer vers une plus grande bonté et être en conjonction avec la Source qui nous a créés sont les premières motivations de ces âmes qui font preuve d'humilité pour avoir eu l'opportunité de s'incarner physiquement.

On m'a souvent demandé si mes sujets voyaient la Source de la Création pendant les séances. J'ai déjà dit que je ne pouvais pas remonter le courant vers la Source, parce que j'étais limité à travailler avec des sujets vivants. Mais les âmes évoluées m'ont parlé du moment de la conjonction quand elles rejoignent « *ceux qui sont les plus saints* ». Dans cette sphère de lumière violette dense, il existe une Présence omnisciente. Je ne sais pas ce que tout cela signifie, mais je sais qu'une Présence est ressentie quand nous nous rendons devant notre conseil des Anciens. A une ou deux occasions, entre les vies, nous rendons visite à ce groupe d'êtres supérieurs qui se situent à un ou deux niveaux au-dessus de nos guides. Dans mon premier livre, j'ai présenté

deux exemples de cette rencontre. Avec celui-ci, je donnerai plus de détails sur ces maîtres qui sont aussi près du Créateur que j'en suis éloigné, parce que c'est là qu'une très haute Source de savoir divin est expérimentée par les âmes. Mes patients appellent cette force énergétique « la Présence ».

Le conseil n'est pas un tribunal composé de juges, ou une salle d'audience où les âmes seraient jugées et condamnées pour des délits (bien que je doive admettre que de temps en temps, un patient m'a dit que se présenter devant le conseil revient à être envoyé chez le proviseur de l'école). Les membres du conseil veulent nous parler de nos erreurs et de ce que nous pouvons faire pour corriger une attitude négative dans une vie suivante. C'est là que l'on commence à se préoccuper d'un autre choix, celui de trouver le corps adéquat pour la prochaine incarnation. Quand approche le moment de la renaissance, nous nous rendons dans un espace où l'on visionne un certain nombre de corps qui pourraient correspondre à nos objectifs. C'est là que nous avons l'occasion de voir le futur et tester différentes incarnations avant de choisir.

Les âmes sélectionnent délibérément des corps moins que parfaits, et des vies rudes, pour faire face à des dettes karmiques, ou pour travailler sur différents aspects d'une leçon qui leur avait posé des difficultés dans le passé. La plupart accepte le corps proposé dans la salle de sélection, mais une âme peut repousser l'offre, et même retarder le moment de l'incarnation. Ensuite, elle peut aussi demander à se rendre sur une planète autre que la terre. Si l'âme accepte sa nouvelle affectation, elle est souvent envoyée dans une « *classe préparatoire* » pour être capable de se rappeler certaines « *balises* » ou « *indices* » dans l'existence qu'elle va mener, repères qui lui seront particulièrement utiles au moment où elle rencontrera ses âmes sœurs (ou membres de son groupe primaire). Puis, quand vient le moment de la réincarnation, nous saluons nos amis et nous sommes escortés dans la salle d'embarquement pour un voyage sur la terre. Les âmes rejoignent l'hôte auquel elles sont affectées dans le ventre de la mère, parfois pendant le 4e mois de grossesse, afin qu'elles disposent d'un cerveau suffisamment développé pour travailler avant le terme de la grossesse. Dans l'état fœtal, elles sont encore capables de penser comme des âmes immortelles tout en

s'habituant au système cérébral et à l'*alter-ego* de leur hôte. Après la naissance surgit l'amnésie qui bloque la mémoire, et les âmes mélangent leurs caractères immortels à l'esprit humain temporaire, ce qui produira une combinaison de traits constituant une nouvelle personnalité.

J'ai une approche systématique pour atteindre l'esprit de l'âme : cela consiste en une série d'exercices pour les sujets qui en sont aux premiers stades de la régression hypnotique. Cette procédure est conçue pour réveiller graduellement les souvenirs de mes patients (souvenirs du passé) et les préparer à analyser de manière critique les images qu'ils sont sur le point de voir. Après l'habituelle entrevue préliminaire, je mets le patient très rapidement sous hypnose. Mon secret consiste dans l'approfondissement. Au fil des expérimentations (qui m'ont pris beaucoup de temps), j'ai fini par réaliser qu'avoir un patient dans l'état normal d'hypnose (stade alpha) n'était pas suffisamment adéquat pour atteindre l'état de superconscience où se situe l'esprit de l'âme. Pour l'atteindre, je dois emmener mes patients dans les états d'hypnose plus profonds (stade thêta).

En termes de méthodologie, nous pouvons passer une heure à visualiser des images de forêts ou de plages, puis j'emmène le sujet dans son enfance. Je pose des questions précises sur des choses comme le mobilier de sa maison quand il avait 12 ans, son vêtement préféré à 10 ans, le jouet qu'il préférait à 7 ans, et ses plus anciens souvenirs entre l'âge de 2 et 3 ans. Nous faisons tout cela avant d'aller dans le ventre de la mère, où je pose encore quelques questions, puis dans son existence la plus récente que nous survolerons rapidement. Au moment où le sujet a traversé la scène du décès de cette vie, et a atteint la porte du monde spirituel, le pont est achevé. L'hypnose continuelle, approfondie durant la première heure, permet de mieux se détacher de l'environnement terrestre. Mes patients ont été conditionnés pour répondre avec précision à un questionnement intensif et... cela prendra encore deux heures.

Les sujets qui sortent de la transe hypnotique après être mentalement retournés « à la maison » ont une expression sur le visage bien plus intense que s'ils avaient simplement expérimenté une régression directe dans une vie passée. Cette expression est révélatrice d'une admiration mêlée de respect. Un pa-

tient m'a, par exemple, dit : « *L'esprit possède une diversité et une qualité de fluidité complexe, bien au delà de ma capacité à l'interpréter adéquatement* ». De nombreux patients m'ont écrit, m'indiquant combien le fait de voir leur immortalité avait changé leur vie. En voici un échantillon : « *En ayant découvert ma propre identité, j'ai gagné un indescriptible sens de la joie et de la liberté. Ce qui est stupéfiant c'est que cette connaissance était dans ma tête tout le temps. Voir mes enseignants-maîtres qui ne portent pas de jugement m'a laissé dans un état radieux. La compréhension qui m'a été donnée est que la seule chose importante dans cette vie matérielle est la manière dont nous vivons et dont nous traitons les autres personnes. Les circonstances de notre vie ne sont jamais comparées à notre compassion et notre acceptation des autres. A présent, j'ai un savoir plutôt qu'une idée du pourquoi je suis ici et de l'endroit où je vais après la mort* ».

Dans ce livre, je présente mes découvertes qui comprennent 67 cas ainsi que de nombreuses notes en tant que reporter et messager. Avant de faire des conférences publiques, j'explique à mon auditoire que ce que j'ai à dire, ce sont *mes* vérités au sujet de la vie spirituelle. Il existe de nombreuses portes pour atteindre la vérité. Mes vérités proviennent de l'accumulation d'une grande sagesse issue d'une multitude de personnes qui ont honoré ma vie en tant que patients au fil des années. Si je formule des déclarations qui vont à l'encontre de vos opinions, ou de vos préjugés, de votre foi, ou de votre philosophie personnelle, ne prenez que ce qui vous convient et laissez de côté le reste.

~ 2 ~
La mort, le chagrin et le réconfort

~ Refus et acceptation

Survivre à la perte d'un amour est l'une des épreuves les plus dures de la vie. Il est bien connu que le processus de survie à un chagrin implique de passer le choc initial, puis de venir à bout du refus, de la colère, de la dépression et d'arriver finalement à une sorte d'acceptation. Chacun de ces stades de troubles émotionnels varie en intensité et en durée, pouvant aller de quelques mois à plusieurs années. Perdre une personne à laquelle nous étions terriblement attachés peut provoquer un tel désespoir qu'on a l'impression d'être dans un abîme sans fond d'où il est impossible de s'échapper, la mort semblant tellement définitive.

Dans la société occidentale, la certitude du caractère final de la mort constitue un obstacle à la guérison. Ou à la cicatrisation. Nous avons une culture dynamique où la perte de notre personnalité est impensable. Dans une famille unie, la dynamique de la mort ressemble à un film plongé dans le désarroi le plus total par la perte de l'acteur principal. Les seconds rôles se démènent tant bien que mal pour les besoins d'un scénario qui change. Se retrouver avec un énorme trou dans l'histoire affecte les futurs rôles que joueront les autres acteurs. C'est là une dichotomie : quand les âmes sont dans le monde spirituel et se préparent à une nouvelle vie, elles s'amusent durant la répétition du rôle qu'elles vont tenir sur terre. Elles savent que tous les rôles sont temporaires. Dans notre culture, nous ne nous préparons pas correctement à la mort au cours de notre vie, parce que c'est quelque chose que l'on ne peut ni fixer, ni changer. Cette appréhension de la mort commence à nous ronger dès que nous

vieillissons. Elle est toujours là, tapie dans l'ombre, indépendamment de nos croyances ou convictions sur ce qui se passe après. En discutant de la vie après la mort lors de mes conférences, j'ai été surpris de rencontrer des gens, qui, tout en ayant un point de vue religieux très traditionnel, semblaient les plus apeurées par la mort. La peur que nous avons – que la plupart d'entre nous avons – vient de l'inconnu. A moins d'avoir vécu une expérience aux frontières de la mort, ou expérimenté une régression dans une vie passée dont nous conservons le souvenir de ce qu'était la mort dans une vie précédente, la mort est un mystère. Lorsque nous devons y faire face, soit comme acteur, soit comme spectateur, elle peut être douloureuse, triste et effrayante. Les personnes « saines » ne veulent pas en parler, et souvent ne font pas non plus d'allusions, Ainsi, notre culture considère la mort comme une horreur.

Au XXe siècle, il y a eu de nombreux changements dans l'attitude du public vis à vis de la vie après la mort : pendant les premières décennies, la plupart des gens avaient un point de vue traditionnel selon lequel ils ne disposaient que d'une vie. Dans le dernier tiers du siècle, un sondage aux Etats-Unis révéla que 40% des gens croyaient en la réincarnation. Ce changement avait facilité l'acceptation de la mort pour ceux qui étaient devenues plus spirituels. L'un des aspects les plus marquants de mon travail dans le monde de l'esprit est de pouvoir apprendre depuis la perspective de l'âme, défunte, à quoi ressemble le fait de mourir, et la manière dont les âmes essaient d'atteindre et de réconforter ceux qu'elles ont laissés derrière. Dans ce chapitre, j'espère vous montrer que vous ne prenez pas vos rêves pour des réalités quand vous avez des sentiments profonds après la perte d'un être cher. Cette personne n'est pas vraiment partie. Considérez, aussi, ce que j'ai dit sur la dualité de l'âme : une partie de votre énergie reste dans le monde de l'esprit au moment de la réincarnation. Quand cette personne arrive de l'autre-côté, vous serez déjà là à l'attendre avec cette énergie qui est toujours de l'autre côté. Cette énergie est gardée en réserve pour l'unification avec l'âme de la personne sur le chemin du retour. L'une des révélations significatives issues de mes recherches a été d'apprendre que les âmes sœurs ne sont jamais vraiment éloignées l'une de l'autre.

La partie suivante illustre certaines méthodes qu'emploient les âmes pour communiquer avec les personnes qu'elles aiment. Ces techniques peuvent commencer juste après la mort et agir avec force. Toutefois, l'âme ayant quitté ce monde est anxieuse sur le chemin du retour car la densité de la terre épuise son énergie. Avec la mort, l'âme est soudainement relâchée et libérée. Et si besoin est, les âmes sont aussi capables de nous contacter de manière régulière depuis le monde spirituel. Le recueillement dans le calme, ou la méditation, devrait vous donner une meilleure réceptivité (pour les défunts) et vous apporter une conscience plus aiguë car les messages verbaux de l'autre côté ne sont pas nécessaires. Simplement, se débarrasser de ses doutes, et ouvrir son esprit autant que possible à l'éventuelle présence d'une personne aimée, vous aidera à vous remettre de votre chagrin et à vous rétablir.

~ Les techniques thérapeutiques utilisées par âmes

Le premier cas que je présente ici est celui d'une âme évoluée nommée Tammano et qui se prépare à recevoir une formation de guide. Il m'a dit : « *Cela fait des milliers d'années que je m'incarne sur terre et que je meurs, et c'est seulement depuis ces derniers siècles que j'ai réussi à prendre le coup pour changer les schémas des pensées négatives et à calmer les gens* ». Le dialogue suivant a eu lieu durant notre séance d'hypnose, au moment où Tammano décrit les instants qui suivent son décès brutal dans une vie antérieure.

Cas 1 Sujet : Ma femme ne ressent pas ma présence. Pour l'instant je ne parviens pas à l'atteindre.

Dr Newton : Quel est le problème ?

S : Trop de peine. Un accablement irrépressible. Alice est dans un tel état de choc, parce que j'ai été tué, qu'elle est insensible à mon énergie.

Dr N : Etait-ce un problème récurrent pour vous, suite à vos précédentes vies, ou s'agit-il d'Alice ?

S : Juste après la mort, les personnes qui vous aiment sont ou très agités ou totalement insensibles, paralysées. Dans ce genre de situation leur esprit peut être fermé, déconnecté. Ma tâche consiste à ajuster le corps et l'esprit.

Dr N : Où se trouve votre âme en ce moment ?

S : Au plafond de notre chambre.

Dr N : Que voulez-vous qu'Alice fasse ?

S : Arrêter de pleurer et se concentrer sur ses pensées, faire une mise au point. Elle ne croit pas que je pourrais être encore en vie, alors toutes ses configurations énergétiques s'amassent en un désordre épouvantable. C'est si frustrant. Je suis juste à côté d'elle et elle ne le sait pas !

Dr N : Allez-vous l'abandonner pour le moment et la quitter pour rejoindre le monde spirituel parce que son esprit est fermé ?

S : Ce serait le chemin le plus aisé pour moi, mais pas pour elle. Je me préoccupe trop d'elle pour abandonner maintenant. Je ne partirai pas avant qu'elle ait senti quelqu'un auprès d'elle dans cette chambre. C'est ma première étape. Alors je serai capable d'en faire plus.

Dr N : Combien de temps s'est-il écoulé depuis votre mort ?

S : Environ deux jours. L'enterrement est terminé et cela se passe au moment où je tente de consoler Alice.

Dr N : Je suppose que votre guide attend pour vous escorter à la maison ?

S : (Rires) J'ai informé mon guide Eaan qu'elle devra m'attendre un moment... Ce qui était nécessaire. Elle sait tout, c'est elle qui m'a donné les cours !

Ce cas est significatif des récriminations faites par les âmes, tout juste délivrées de leur corps. Beaucoup ne sont pas aussi compétentes ou résolues que Tammano. Même ainsi, la plupart des âmes qui s'inquiètent de partir pour le monde spirituel ne quitteront pas le plan astral de la terre avant d'être passées à l'action, si l'on peut dire, pour consoler ou réconforter ceux qui restent dans l'angoisse et s'inquiètent à leur sujet. J'ai condensé le récit de ce patient sur la manière dont il a aidé Alice à se rétablir de sa peine, et cela pour mettre l'accent sur les effets des configurations énergétiques de l'âme sur l'énergie humaine perturbée.

Dr N : Tammano, j'apprécierai que vous me fassiez part des techniques employées pour aider Alice à surmonter son chagrin.

S : Bon, je commencerai par vous dire qu'Alice ne m'a pas perdu. (Le sujet prend une profonde inspiration) J'ai commen-

cé par répandre une sorte de douche avec mon énergie, comme une ombrelle, depuis la taille d'Alice jusqu'à sa tête.

Dr N : S'il y avait un esprit se tenant à vos côtés, à quoi ressemblerait-il ?

S : (En souriant) A un nuage, comme une barbe à papa.

Dr N : Qu'est-ce que ça fait ?

S : Ça procure à Alice un manteau de chaleur mentale qui est calmant. Je dois vous dire que je n'ai pas encore une parfaite maîtrise de ce manteau, mais j'ai placé un nuage d'énergie protecteur au-dessus d'elle ces trois derniers jours, depuis mon décès, pour la rendre plus perceptive.

Dr N : Ah, je vois, vous aviez déjà commencé votre travail avec Alice. OK, Tammano, qu'est-ce que vous faites maintenant ?

S : Je commence par filtrer certains de mes aspects à travers ce nuage, jusqu'à ce que je puisse sentir le point où la quantité de son blocage est la plus faible. (Pause) Je le trouve sur le côté gauche de sa tête, derrière son oreille.

Dr N : Cet endroit a une signification particulière ?

S : Alice aimait habituellement que je lui embrasse les oreilles (Les souvenirs des points de caresse sont significatifs). Quand je vois cette ouverture à cet endroit, je convertis mon énergie en un solide faisceau et je le dirige sur cet endroit.

Dr N : Est-ce que votre femme le sent tout de suite ?

S : Alice prend conscience d'un léger contact au début, mais cette conscience est brisée par le chagrin. Puis j'augmente la puissance du faisceau, lui envoyant ainsi des pensées d'amour.

Dr N : Pouvez-vous voir si ça fonctionne ?

S : (Avec un air heureux) Oui, je détecte de nouvelles configurations d'énergie qui ne sont plus sombres. Il y a des changements dans ses émotions... ses pleurs cessent... elle regarde autour d'elle... me sentant. Elle sourit. Maintenant, je la tiens.

Dr N : Avez-vous fini ?

S : Elle ira bien. Il est temps que je parte. Je vais la surveiller, mais je sais qu'elle va y arriver – et c'est tant mieux, parce que de mon côté je vais être occupé pendant un moment.

Dr N : Cela signifie que vous ne la contacterez plus ?

S : (Vexé) Certainement pas ! Je resterai en contact

chaque fois qu'elle en aura besoin. C'est ma femme, et je l'aime.

L'âme de niveau intermédiaire est bien moins habile que le plus jeune des apprenti-guide. J'en reparlerai plus loin, au chapitre 4, dans la partie consacrée à la réhabilitation de l'énergie. Néanmoins, la plupart des âmes avec lesquelles je travaille se débrouille assez bien avec le corps physique depuis le monde spirituel. Il est typique qu'elles s'attachent à travailler sur des endroits particuliers en employant l'effet de faisceau décrit par Tammano. Même quand elles proviennent d'âmes inexpérimentées, ces projections énergétiques d'amour peuvent être très puissantes pour ceux qui ont subi un traumatisme émotionnel et physique. Les pratiques orientales de yoga et de méditation comportent l'utilisation des chakras (points situés sur le corps). Il y a là une similitude avec la manière dont les âmes répartissent le corps humain d'énergie guérisseuse. Ceux qui pratiquent l'art curatif des chakras disent que, puisque nous avons un corps éthérique qui coexiste corps physique, le soin doit prendre en compte ces deux éléments. Le travail sur les chakras débloque notre énergie émotionnelle et spirituelle à travers divers points du corps, depuis la colonne vertébrale, le cœur, la gorge, le front et ainsi de suite, afin d'ouvrir et d'harmoniser le corps.

~ *Moyens de contacter les vivants.* Le contact somatique

J'emploie les termes cliniques de « *passerelle somatique* » et de « *contact thérapeutique* » et je les combine pour décrire la méthode par laquelle les âmes désincarnées utilisent des faisceaux d'énergie pour toucher les diverses parties d'un corps incarné. Le soin ne se limite pas aux chakras que je viens d'évoquer. Les âmes qui repartent en arrière pour apporter du réconfort aux vivants recherchent les endroits les plus réceptifs à leur énergie, dans le cas 1, derrière l'oreille droite. La configuration énergétique devient thérapeutique quand les passerelles qui relient les deux esprits (émetteur et récepteur) sont établies et cela dans une transmission télépathique.

Etablir un pont par transmission de pensée vers un corps blessé est somatique quand les méthodes sont physiologiques. Cela comporte un contact subtil des organes corporels, tout en mettant au jour certaines réactions émotionnelles, ce qui peut

comprendre l'utilisation des sens. Des faisceaux d'énergie exercés adroitement peuvent susciter une reconnaissance par la vue, l'ouïe, le goût et l'odorat. Avec l'identification, l'idée globale est de convaincre la personne endeuillée que son bien-aimé (ou sa bien-aimée) est encore en vie. Le but du contact somatique est de lui permettre d'accepter la perte en prenant conscience que l'absence n'est qu'un changement de réalité et qu'elle n'est pas définitive. Heureusement, cela lui permettra d'avancer et de pourvoir à sa propre vie de manière constructive. Avec le contact somatique, les âmes peuvent également tomber dans des habitudes schématiques. Le cas suivant est l'exemple d'un homme de 49 ans mort d'un cancer. Même si l'âme de cet homme ne fait pas preuve d'adresse, ses intentions sont bonnes.

Cas 2 *Dr N : Quelle technique employez-vous pour toucher votre femme ?*

S : Oh, ma vieille parade, le centre de la poitrine.

Dr N : Où exactement sur la poitrine ?

S : Je dirige mon faisceau d'énergie directement sur le cœur. Je n'y comprends pas grand chose mais ça ne fait rien.

Dr N : Et pourquoi cette méthode vous réussit-elle ?

S : Je suis au plafond et elle est courbée, et elle pleure. Ma première tentative la fait se redresser. Elle soupire profondément, sent quelque chose et regarde en haut. Puis j'emploie ma technique de dispersion.

Dr N : Qu'est-ce que c'est ?

S : (Il sourit) Oh, vous savez, projeter l'énergie dans toutes les directions depuis un point central au plafond. D'habitude, l'une de ces projections atteint le bon endroit, la tête.

Dr N : Mais qu'est-ce qui fait que c'est le bon endroit ?

S : C'est celui qui n'est pas bloqué par une énergie négative, évidemment.

Il y a une différence entre ce dernier cas et le suivant où ma patiente diffuse soigneusement son énergie sur un endroit précis, comme si elle pétrissait une pâte à pain.

Cas 3 *Dr N : Décrivez-moi comment vous allez aider votre mari avec votre énergie.*

S : Je vais travailler la base de la tête juste au-dessus de la colonne vertébrale. Mon dieu, Kévin souffre tant. Je ne partirai pas avant qu'il ne se sente mieux.

Dr N : Pourquoi à cet endroit particulier ?

S : Parce que je sais qu'il appréciera que je lui masse la nuque, c'est l'une des zones où il est le plus réceptif à mon empreinte vibratoire. Ensuite, je joue sur cette zone comme si je faisais un massage, ce que je fais, en fait.

Dr N : Jouer sur cette zone ?

S : (Ma patiente rit et tend la main en face d'elle, en écartant les cinq doigts) Oui, je diffuse mon énergie et résonne moi-même par le toucher. Ensuite, j'utilise mes deux mains de chaque côté de la tête de Kevin pour un effet maximal.

Dr N : Sait-il que c'est vous ?

S : (Avec un sourire malicieux) Oh, il réalise que ça doit être moi. Personne d'autre ne peut faire ce que je lui fais et ça ne prend qu'une minute.

Dr N : Cela ne va-t-il pas lui manquer quand vous retournerez dans le monde spirituel ?

S : Je pensais que vous en saviez plus. Je pourrai revenir quand il retombera bien bas et qu'il me désirera ardemment.

Dr N : Juste une question. Je ne voudrais pas paraître insensible, mais que se passera-t-il si Kevin rencontre une autre femme ?

S : Je serai ravie qu'il retrouve le bonheur. Cela prouve combien nous étions bien ensemble. Votre vie avec quelqu'un – chaque scène – n'est jamais perdue et peut être retrouvée et rejouée dans le monde spirituel.

Juste au moment où je pensais être parvenu à une totale compréhension des capacités et des limites de l'âme, se présenta un patient qui chassera cette certitude. Pendant longtemps, j'ai dit que toutes les âmes semblaient avoir des difficultés à pouvoir travailler sans avoir au préalable dépassé les sanglots irrépressibles de la personne accablée par le chagrin. Voici une courte citation d'une âme de niveau 3 dont l'approche tactile pendant le pic de chagrin prouve que j'avais tort :

Je ne suis pas retardé par les personnes qui pleurent beaucoup. Ma technique consiste à coordonner ma résonance vibratoire avec

les variations de tonalité de leurs cordes vocales comme tremplin, pour sauter ensuite au cerveau. De cette manière, je peux aligner mon énergie pour effectuer un mélange plus rapide de mon essence avec leur corps. Ils arrêtent assez vite de pleurer sans savoir pourquoi.

Personnification au moyen d'objets

J'ai eu l'occasion d'entendre des histoires fascinantes sur l'utilisation d'objets familiers, comme dans le cas suivant. Puisque les maris meurent généralement avant leurs femmes, j'ai plus souvent l'occasion de comprendre leur technique énergétique selon leur point de vue. Cela ne signifie pas pour autant que les âmes ayant une préférence pour l'incarnation masculine sont plus compétentes dans la guérison parce qu'elles ont davantage de pratique. Leur âme était aussi compétente dans les vies précédentes (femme qui précéda son mari dans la mort) que dans cette vie, en tant qu'époux.

Cas 4 *Dr N : Que faites-vous si vos efforts juste après la mort n'agissent nulle part sur le corps ?*

S : Quand je constate qu'Hélène ne me reçoit pas avec une approche directe, j'ai recours à un élément familier de la maison.

Dr N : Vous voulez dire un chat ou un chien ?

S : Je les ai utilisés auparavant, mais non... pas cette fois. J'ai décidé de prendre un objet qui a de la valeur pour moi et dont mon épouse reconnaîtra le caractère très personnel : ma bague.

Mon patient m'explique qu'il portait toujours une bague de style amérindien, large, avec une turquoise proéminente au milieu. Souvent ils s'asseyaient ensemble au coin du feu, et discutaient de leur journée. Pendant qu'il parlait, il avait pour habitude de frotter la pierre. Sa femme le taquinait fréquemment sur le fait qu'il polissait sa bague jusqu'à sa base métallique. Une fois, elle lui a dit qu'elle avait déjà remarqué ce tic nerveux le jour même de leur rencontre.

Dr N : Je pense avoir compris. Alors qu'avez-vous fait avec cette bague en tant qu'esprit ?

S : Quand je travaille avec des objets et des personnes je dois attendre que la scène soit très calme. Trois semaines après mon décès, Hélène avait allumé un feu de cheminée et elle était en train de le fixer avec des larmes dans les yeux. J'ai commencé par envelopper mon énergie dans le feu, l'utilisant comme un conducteur de chaleur et d'élasticité.

Dr N : Excusez-moi de vous interrompre, mais que voulez-vous dire par « élasticité » ?

S : Il m'a fallu des siècles pour apprendre ça. L'énergie élastique est fluide. Rendre fluide mon énergie me demande de la pratique et une très grande concentration, parce qu'elle doit être diffuse et laineuse. Dans la manœuvre, le feu sert de catalyseur.

Dr N : Ce qui est le contraire d'un faisceau énergétique puissant et dense ?

S : Exactement. Je peux être très efficace en changeant rapidement mon énergie de fluide à solide et inversement. Le changement est subtil mais il éveille l'esprit humain[2].

Dr N : Intéressant. Continuez s'il vous plaît.

S : Hélène était connectée avec le feu, et donc avec moi. Pendant un moment, le chagrin était moins oppressant et je suis allé directement en haut de sa tête. Elle a senti ma présence... légèrement. Ça ne suffisait pas. Alors j'ai commencé à changer mon énergie comme je vous l'ai dit, dure puis douce, en bifurquant.

Dr N : Que faites-vous quand vous "bifurquez" votre énergie ?

S : Je la divise. Pendant que je garde une énergie fluide et douce sur sa tête, afin de maintenir le contact, je bifurque un rayon solide sur la boîte qui contient ma bague dans un tiroir de table. Mon intention est d'ouvrir un chemin paisible depuis son esprit jusqu'à la bague. C'est pourquoi j'emploie un faisceau solide et stable, pour la diriger vers la bague.

Dr N : Et que fait Hélène ensuite ?

S : Sous ma direction, elle se lève lentement sans savoir pourquoi. Elle se déplace comme une somnambule vers la table et hésite. Elle ouvre ensuite le tiroir. Puisque ma bague est dans une boîte, je continue à alterner depuis son esprit jusqu'au cou-

2 D'autres patients m'ont aussi confié que ce changement de la forme énergétique leur « titillait la cervelle ».

vercle. Hélène l'ouvre et sort la bague avec sa main gauche (profond soupir). Alors je sais que je la tiens !

Dr N : Parce que... ?

S : Parce que la bague a conservé une partie de mon énergie. Vous ne voyez pas ? Elle est en train de sentir mon énergie aux deux extrémités de la bifurcation. C'est un signal bi-directionnel. Très efficace.

Dr N : Je vois, alors que faites-vous ensuite ?

S : Maintenant je passe en vitesse surmultipliée avec un pont à pleine puissance entre moi-même qui me tiens à sa droite et la bague qui est à sa gauche. Elle se tourne vers moi et sourit. Ensuite Hélène embrasse ma bague et dit : « *Merci, chéri, je sais que maintenant tu es avec moi. J'essaierai d'être plus courageuse* ».

Je voudrais encourager toute personne, qui, après avoir perdu un être cher, serait dans un grand état de tristesse, à faire la même chose que les médiums quand ils veulent retrouver une personne disparue. Prenez un bijou, un vêtement, ou toute chose ayant appartenu au défunt, tenez-le pendant un moment dans un endroit qui vous était familier à tous deux, et ouvrez tranquillement votre esprit pendant que vous le videz de toutes les autres pensées. Avant de terminer cette section, je veux rapporter mon histoire préférée sur le contact au moyen d'objets. Mon épouse Peggy, infirmière spécialisée en oncologie et licenciée en psychologie, est particulièrement concernée par les patients atteints d'un cancer, par leur famille et par le deuil. Comme elle administre des chimiothérapies à l'hôpital, elle s'est mise en relation avec les infirmières pour malades en phase terminale. Quelques-unes de ces femmes sont très amies avec elle, et elles se rencontrent régulièrement en groupe de soutien. L'une d'elles est veuve depuis peu, son mari Clay ayant été emporté par le cancer. Il aimait les orchestres, et avec sa femme ils prenaient souvent la route pour danser là où jouaient les meilleurs. Lors d'une soirée peu après son décès, sa veuve, ma femme et le reste du groupe de soutien s'étaient réunis dans le salon de cette dame, et discutaient des théories sur la manière dont les âmes reviennent pour réconforter leurs proches. La veuve exprima son indignation : « *Mais pourquoi Clay ne m'a pas donné de signe qui puisse me réconforter ?* » Il y eut un moment de

silence lorsque, tout à coup, une boîte à musique perchée tout en haut d'une étagère de livres se mit à jouer l'air de Glenn Miller *In the Mood*. De ce que j'ai pu comprendre, il y eut un « silence de mort », suivi d'un rire nerveux de tout le groupe. Cette veuve n'eut alors qu'une seule phrase : « *Personne n'a touché à cette boîte à musique depuis deux ans !* ». Peu importe, je pense qu'elle avait reçu le message de Clay.

L'énergie lumineuse possède des propriétés comme la force électromagnétique, et peut ainsi travailler avec des objets de manière mystérieuse. JoAnn et Jim sont deux anciens patients dont le mariage est proche. Après leurs séances d'hypnose, nous avons parlé de l'emploi d'un faisceau d'énergie par des personnes en vie. D'un air penaud, ils m'ont expliqué qu'ils combinaient leur énergie sur les autoroutes californiennes pour dégager la voie rapide devant eux lorsqu'ils étaient pressés. Lorsque je leur ai demandé s'ils collaient au pare-chocs des autres voitures pour les faire avancer plus vite, ils répondirent : « *Non, on dirige juste un faisceau combiné sur la nuque du conducteur et puis on bifurque le faisceau vers la droite* (la voie du milieu) *et inversement* ». Ils affirment réussir dans plus de 50% des cas. J'ai leur ai alors dit, à moitié sérieusement, que faire sortir des voitures de leur voie constituait clairement un abus de pouvoir et qu'ils devaient s'amender. Je pense qu'ils savent tous les deux qu'ils doivent employer leur don de manière plus constructive... bien qu'il soit difficile de se défaire de certaines habitudes.

Reconnaissance par le biais du rêve

Le rêve est l'un des premiers moyens utilisés par les âmes récemment mortes pour toucher ceux qui les aiment. Lorsque nous dormons, le chagrin qui a accablé l'esprit est temporairement écarté de sa position dominante dans le conscient. Même si nous sommes dans un état de sommeil intermittent, l'esprit inconscient est dès lors plus prédisposé à une réception. Malheureusement, la personne endeuillée se réveille aussi trop souvent au cours d'un rêve qui aurait pu contenir un message et lui permet de s'effacer de la mémoire sans rien noter. Soit les images et symboles vus ne signifient rien à ce moment-là, soit la séquence de rêve a été assimilée à une chimère et écartée, à savoir lorsque

par exemple le rêveur se voit en même temps que la personne décédée. Avant d'aller plus loin, je voudrais apporter une évaluation de la nature des rêves en général.

Mon expérience professionnelle des rêves explique comment les âmes utilisent cet état pour atteindre les vivants. Les esprits sont très sélectifs quand ils utilisent nos séquences de rêves. Je suis parvenu à la conclusion que la plupart ne sont pas des rêves profonds. En relisant divers textes sur les rêves, j'ai même retrouvé des spécialistes qui croient que bien des rêves faits au cours de la nuit sont simplement des absurdités mélangées par nos circuits surchargés au cours la journée. Si l'esprit s'aventure durant certains cycles de sommeil, alors les transmissions nerveuses qui passent par les fissures de nos synapses laissent retomber la pression pour détendre le cerveau. J'ai donc classé les rêves de trois façons, et l'une d'elles est comme un nettoyant ménager. A certains moments dans la nuit, des pensées égarées de la journée assaillent et balayent l'esprit, telle une cacophonie incompréhensible. Nous ne pouvons pas leur donner un sens car il n'y en a pas. Par ailleurs, nous savons tous que les rêves ont un côté plus cognitif. Je divise cet état en deux parties (cognitif et informatif) avec seulement une ligne fine entre les deux.

Il existe des personnes qui, suite à un rêve, ont eu une prémonition d'un événement futur. L'état de notre esprit peut être modifié par nos rêves. Dans la vie, l'une des périodes les plus stressantes a lieu pendant un deuil, quand les sentiments de la personne aimée nous sont retirés – pour toujours pensons-nous. C'est au supplice que nous allons nous coucher et quand nous nous réveillons, la douleur est toujours là, avec une énigme entre les deux. Certains matins nous apportent une idée des premières étapes à effectuer dans une stratégie d'adaptation à la perte. La résolution de problèmes à travers des séquences oniriques est un processus d'incubation mentale qu'on qualifie de « procédural » parce qu'y apparaissent des images qui nous donnent le moyen d'avancer. Ces idées proviennent-elles d'ailleurs que nous-mêmes ?

Si le rêve s'étend au mode spirituel, alors des tisseurs de rêves nous ont probablement rendu visite en tant que souffleurs, afin de nous apporter une aide dans notre désarroi émotionnel.

Les rêves spirituels impliquent nos guides, des âmes professeurs et des âmes sœurs qui viennent en tant que messagers pour nous aider à trouver des solutions. Nous n'avons pas besoin d'être endeuillés pour recevoir cette aide. Dans ce mélange de rêve et de spiritualité, nous nous remémorons aussi nos expériences dans d'autres mondes physiques et mentaux, dont le monde spirituel.

Combien d'entre vous n'ont-ils pas un jour rêvé de voler ou de nager sans problème sous l'eau ? J'ai découvert avec certains patients que ces souvenirs mythiques contiennent une information sur les vies qu'ils ont menées en tant que créatures marines ou aériennes intelligentes sur d'autres planètes. Souvent, ce genre de séquences nous fournit des indices métaphoriques qui ouvrent la porte à la comparaison entre les vies précédentes et la vie en cours. Le caractère de notre âme immortelle ne change pas beaucoup avec les incarnations. Du coup, ces comparaisons ne sont pas du tout bizarres. D'ailleurs, certaines des plus grandes révélations proviennent de rêves épisodiques sur des événements, des endroits et des schémas comportementaux issus d'expériences vécues bien avant l'acquisition de notre corps actuel.

Dans le premier chapitre, j'ai brièvement évoqué la « classe préparatoire » que nous fréquentons dans le monde spirituel avant de repartir pour une nouvelle vie. Cet exercice spirituel est traité plus en détail dans mon premier livre, mais je le mentionne ici parce qu'il est en rapport avec nos rêves. Cette classe est conçue pour reconnaître des personnes et des événements dans le futur. Pendant que nous nous préparons à nous incarner, un enseignant renforce les aspects importants de notre nouveau contrat de vie. Rencontrer et avoir des relations avec les âmes de notre groupe, ou d'autres groupes qui ont à partager des parcelles de notre nouvelle vie, fait aussi partie intégrante de la classe. Les souvenirs de cette « classe prépa » peuvent être ravivés dans nos rêves afin d'allumer une lueur au milieu de l'obscurité du désespoir, en particulier quand une âme sœur (de notre groupe primaire) est perdue dans la vie. Jung disait : « *Les rêves incarnent les peurs et les désirs refoulés, mais peuvent aussi exprimer des vérités indéniables qui ne sont ni des illusions, ni des fantasmes insensés* ».

Parfois, ces vérités sont formulées sous la forme d'un puzzle métaphorique et représentées comme des archétypes au cours de nos rêves. Les symboles oniriques sont culturellement généralisés et les dictionnaires oniriques ne sont pas à l'abri de ce préjudice. Chaque personne devrait utiliser sa propre intuition pour définir le sens de son rêve. Les aborigènes australiens, dont la culture a plus de 10.000 ans d'histoire ininterrompue, croient que la période de rêve (ou *le temps du Rêve*) est en fait le temps réel, en terme de réalité objective. Une perception onirique est souvent aussi réelle qu'une expérience éveillée. Pour les âmes du monde spirituel, le temps est toujours dans le présent. Ainsi, quel que soit le moment où elle a physiquement quitté votre vie, la personne que vous aimez veut que vous ayez conscience qu'elle (et d'autres) est encore dans la réalité *présente*. Mais comment un proche décédé s'y prend-il pour que vous parveniez à cette compréhension et à l'acceptation de ces choses dans vos rêves ?

Cas 5 Dans ce cas, Sylvia est morte d'une pneumonie à New York en 1935. Elle avait alors une trentaine d'années et était venue à New York après avoir grandi dans une petite ville du Midwest. Son décès avait été soudain et Sylvia voulait apporter du réconfort à sa mère qui était veuve.

Dr N : Après votre mort, vous partez tout de suite dans le monde spirituel ?

S : Non, pas du tout. Je dois d'abord dire au revoir à ma mère, alors je veux rester dans les parages pendant un moment, jusqu'à ce qu'elle ait de mes nouvelles.

Dr N : Y a-t-il quelqu'un d'autre que vous voudriez voir avant votre mère ?

S : (En hésitant, puis avec une voix enrouée) Oui... J'ai un vieil ami... Il s'appelle Phil... Je me rends d'abord chez lui.

Dr N : (Avec discrétion) Je vois. Vous étiez amoureuse de Phil ?

S : (Pause) Oui, mais nous ne nous sommes jamais mariés. Je... veux juste le toucher encore une fois. Je ne prends pas vraiment contact avec lui parce qu'il semble endormi et qu'il n'est pas en train de rêver... Je ne peux pas rester longtemps,

parce que je veux atteindre ma mère avant qu'elle n'apprenne d'autres nouvelles.

Dr N : Vous n'avez pas été un peu trop rapide avec Phil ? Pourquoi n'attendez-vous pas un cycle de rêve approprié pour laisser un message ?

S : (Avec fermeté) Phil ne fait plus partie de ma vie depuis des années. Je me suis donnée à lui lorsque nous étions encore jeunes. Il serait étonnant qu'il pense encore à moi... et... qu'il me capte à travers un rêve... le message pourrait bien lui échapper. Les traces vivantes de mon énergie sont suffisantes pour l'instant car nous serons à nouveau ensemble dans le monde spirituel.

Dr N : Après avoir quitté Phil, allez-vous chez votre mère ?

S : Oui. Je commence par une transmission de pensée plus conventionnelle pendant qu'elle est éveillée mais ça ne me mène à rien. Elle est si triste. Le chagrin – le chagrin de ne pas être auprès de moi – l'accable.

Dr N : Quelles méthodes avez-vous employées jusqu'ici ?

S : Je projette mes pensées avec une lumière jaune-orangée, comme la flamme d'une bougie, et je place ma lumière autour de sa tête, lui envoyant des pensées d'amour. Je ne suis pas efficace. Elle ne réalise pas que je suis avec elle. Je vais essayer avec un rêve.

Dr N : Très bien Sylvia, mais allez-y doucement avec moi. Commencez par me dire si vous choisissez un rêve de votre maman, ou si vous en créez un.

S : Je ne crée pas encore bien les rêves. Il m'est plus facile de prendre l'un des siens pour que je puisse y entrer afin d'effectuer un contact plus naturel et d'y participer ensuite. Je veux qu'elle sache clairement qu'il s'agit bien de moi.

Dr N : Bien, maintenant emmenez-moi dans ce processus.

S : Les deux premiers rêves ne sont pas propices. L'un est un fatras d'absurdités. L'autre est un fragment de vie passée, mais sans moi dedans. Finalement, elle fait un rêve où elle se promène seule dans les champs pas loin de notre maison. Vous devez savoir qu'elle n'est pas peinée dans ce rêve. Je ne suis pas encore morte.

Dr N : Pourquoi ce rêve est-il bien si vous ne vous y trouvez pas ?

Table des matières

5 Introduction

9 **I** Le monde spirituel

20 **II** La mort, le chagrin et le réconfort

60 **III** Esprits Terrestres

95 **IV** Rétablissement de l'énergie spirituelle

137 **V** Les systèmes de Groupe

211 **VI** Le conseil des Anciens

266 **VII** Les dynamiques de la communauté

325 **VIII** L'âme évoluée

364 **IX** L'Anneau de la destinée

405 **X** Notre chemin spirituel